

2024年 2月 献立表

日曜	主食 (乳児)	献立	材 料 名		
			熱と力になるもの(黄)	血や肉や骨になるもの(赤)	体の調子を整えるもの(緑)
1 (木)	ご飯	厚揚げのケチャップ煮 小松菜のおひたし 果物 ☆牛乳・揚げパン(シュガー)	メークイン、砂糖、油、片栗粉 味パン、揚げ油、砂糖	厚揚げ、豚肉 かつお節 牛乳	たまねぎ、コーン こまつな、キャベツ、にんじん 果物
2 (金)	ご飯	いわしの竜田揚げ(乳児) いわしの塩焼き(幼児) 大豆のはじき揚げ のっぺい汁 ☆牛乳・フルーチェ(みかん)・お菓子	揚げ油 片栗粉、揚げ油、いりごま(黒)、砂糖 さといも、片栗粉 お菓子	いわし いわし 水煮大豆、ちりめん 油揚げ 牛乳	だいこん、にんじん、ごぼう みかん缶
4 (土)	中華麺	みそラーメン 納豆和え ☆牛乳・お菓子・果物	中華麺 お菓子	豚肉、みそ、かまぼこ、わかめ ツナ、納豆 牛乳	もやし、たまねぎ、にんじん、コーン、葉ねぎ はくさい、ほうれんそう、もやし、にんじん、焼きのり 果物
5 (月)	ご飯	八宝菜(白菜) ひじきサラダ 果物 ☆牛乳・クラッカーサンド(ジャム)	片栗粉、油、砂糖 いりごま、油	うずら卵、豚肉、えび ロースハム、ちりめん、ひじき	はくさい、たまねぎ、にんじん、ピーマン、コーン、干しいたけ こまつな、にんじん 果物 マーマレード、いちごジャム
6 (火)	パン	コロッケ ブロッコリー 野菜スープ ☆おこわ	メークイン、パン粉、小麦粉、揚げ油 米、もち米、くり	牛ひき肉 ベーコン 鮭フレーク	にんじん、たまねぎ、グリーンピース ブロッコリー たまねぎ、しめじ、もやし、にんじん、葉ねぎ コーン
7 (水)	ご飯	ポークビーンズ 青梗菜としらすのごま和え 果物 ☆牛乳・マーラーカオ	メークイン、砂糖、油 すりごま、砂糖 小麦粉、砂糖	水煮大豆、豚肉 ちりめん 牛乳、豆乳、卵	たまねぎ、にんじん チンゲンサイ、キャベツ、にんじん 果物
8 (木)	ご飯	ツナカレー フレンチサラダ 果物 ☆ブラウニー(豆腐)	メークイン、油 油 米粉、砂糖、油、片栗粉	鶏もも、ツナ、スキムミルク ロースハム 牛乳、豆腐	たまねぎ、にんじん、グリーンピース キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン 果物
9 (金)	ご飯	肉豆腐 春雨の酢の物 果物 ☆牛乳・ぶどうゼリー・昆布	砂糖、油 春雨 ぶどうゼリーの素	焼き豆腐、木綿豆腐、牛肉 ちりめん 牛乳・こんぶ	たまねぎ、にんじん、えのきたけ、葉ねぎ きゅうり、にんじん、コーン 果物
10 (土)	うどん	煮込みうどん 人参シシリ ☆牛乳・お菓子・果物	ゆでうどん 油 お菓子	卵、鶏もも肉、かまぼこ 卵、ツナ 牛乳	たまねぎ、ほうれんそう、にんじん にんじん 果物
13 (火)	ご飯	凍り豆腐の炒め煮 切干大根のごまネーズ 果物 ☆牛乳・お好み焼き	砂糖、片栗粉、油 マヨネーズ、すりごま、砂糖 お好み焼き粉	えび、凍り豆腐 ロースハム 牛乳、卵、ロースハム、あおのり	にんじん、グリーンピース、刻みこんぶ、干しいたけ こまつな、切り干しだいこん 果物 キャベツ、葉ねぎ、コーン
14 (水)	ご飯	すき焼き風煮 じゃこ菜豆 果物 ☆牛乳・パレンタインクッキー	糸蒟蒻、砂糖、おつゆ、油 油 小麦粉、無塩バター、砂糖	焼き豆腐、牛肉 ひよこ豆、ちりめん 牛乳、卵	はくさい、たまねぎ、にんじん、しゅんぎく、葉ねぎ こまつな、キャベツ、にんじん 果物
15 (木)	ご飯	ぶりの照り焼き ブロッコリーのおかか和え わけぎのみそ汁 ☆牛乳・きな粉サンド	砂糖 食パン、マーガリン、砂糖	ぶり かつお節 木綿豆腐、みそ、油揚げ、煮干し 牛乳、きな粉	ブロッコリー だいこん、たまねぎ、わけぎ

※ 5日…クラッカーサンド作り(幼児組) 6日…おこわおむすび作り(幼児組)
15日…きな粉サンド作り(幼児組)